

# 專訪音樂禪行者——明光法師

◆ 本刊編輯室

**編按：**二〇一一年一月二十日下午，慧炬同仁一行人，來到位於台北市紹興北街的「台北市佛教會」，專訪明光法師。走入辦公室數分鐘後，外面傳來聲響向我們招呼，只見法師提著一只布包從門外走進，輕鬆穩健的步伐，彷彿一位久居深山，甫從山林出關的禪行者，身姿瀟灑飄逸，法相莊嚴飽滿。第一次見到法師，就對他爽朗的笑顏印象深刻，法師一開口，那聲音沉穩厚實，更讓人感染到一股靜定詳寧的氛圍。互相寒暄過後，我們便一同走入法師砌築的時光甬道，回顧明光法師過去學佛、辦活動，與學佛青年廣結善緣的點點痕跡。

## 壹、明光法師簡介

明光法師台灣台北縣人，一九五二年生，一九七八年出家，一九七九年國立交通大學管理科學研究所畢業。現任台北市佛教會理事長、中華民國佛教會副理事長、世界佛教僧伽會青年委員會主任委員、大雄精舍住持、台中中天寺住持，並曾擔任美國佛教會大覺寺及莊嚴寺方丈近十年。重要著作有《初探佛教原理的系統觀》及《中華民國台灣佛教兒童教育概況》、《佛教與生命》等書。

## 貳、問與答

**問：**請問您當初怎麼從基督教的信仰轉變為佛教，佛教有什麼特別吸引您的地方？

**答：**我生長在一個傳統的家庭，傳統家裡有燒香拜拜，小時候也會跟著父母親到附近的宮廟，或山上的寺院參拜；隔壁還有基督徒會叫我們到教會參加主日學，所以小時候宮廟也去，山上的寺院也去，

教堂有主日學活動也去。在那邊和教友一起聽故事唱歌，活動結束後還會發一張聖誕卡給大家，我們都很歡喜，小時候的成長環境就是這樣。

後來讀初中、高中之後，大部分的時間也都用來參加這些活動，那時候喜歡到寺院，因為環境很安靜，很歡喜到寺院讀書，並利用假日到山上。同時也喜歡到教會，因為教會有青年團契，當時年輕，當然也喜歡跟年輕人在一起，而且我小時候就喜歡哼哼唱唱，參加了那裡的聖歌班，跟大家一起唱詩歌的感覺很好。當時唱詩班的人數雖然不是很多，但也分了四部，男眾分高、低音兩部，女眾也分高、低音兩部，唱起來很和諧。當時比較有機會參加基督教的活動，倒也不是一開始就將自己歸屬為基督徒。有一陣子，白天會在海明寺讀書，星期六晚上則到教會參加團契。因為海明寺的山上很寧靜，讀書效果特別好，為了專心唸書，我會從家裡走路、騎腳踏車上去，中午用餐就到山下吃碗麵再上來。後來山上師父跟我說：「陳志明，中午就跟我們一起吃不用下去了。」就更方便了。就這樣開始跟佛教有接觸的因緣。

高中考大學的最後一個月，班上同學想找一個地方做最後的準備，因為經常到海明寺讀書，當時我就問悟明老和尚：「我們班上幾個同學想到這裡讀書，準備聯考，要借住一個月，是否方便呢？」悟明和尚說：「歡迎你們來啊！」剛好有一座新蓋的廟，環境很清靜，所以就邀了班上三個同學，連同我一共四個，在山上寒窗苦讀了一個月。老和尚不忘貼心地提醒我們：「你們住在這裡要跟大家作息一樣喔，大家起來你們就要起來，但是你們不用作早課，打板後就可以吃飯。」就這樣，我們在山上住了一個月，所以就跟佛教有了接觸。後來有兩個同學考進了台大法律系，我考進中興統計系，還有一位隔年考上淡江，所以老和尚

很歡喜。第二年有很多高三生也到山上來讀書，因為我們表現不錯，所以開了這個風氣。

因為當時我也有參加基督教青年團契活動，所以在學校也參加校友團契，禮拜六參加聖歌班，禮拜天也要聽牧師講道。有時候教友會說：「年輕人，你們也可以來當主日學的老師。」於是我就被安排野外的主日學。禮拜前有個主日學兒童班，比較偏遠的地方小朋友不方便來，所以我們就派人擔任野外主日學的老師，講故事並且教他們唱歌。由於在基督教會聽牧師講道久了，當時心裡想當個牧師也不錯，後來還有機會參加《聖經》研習班，還跟一位神學博士說自己想讀神學院。神學博士問我，父母親是否為基督徒？我回答不是，他便要我好好考慮考慮。

在大學期間，參加基督教的團契比較多，有時候擔任詩歌的帶領，一直到大學畢業。以前考試很順利，但到大學畢業的時候，研究所沒有考上，預官也未如期考取，只能服一般兵役。不過很幸運，當兵時擔任憲兵，憲兵訓練完就分發到士林憲兵隊，那時候先總統蔣公還在。有一次先總統蔣公出勤，需要我們沿途站崗，那時的營長問：「陳志明你會什麼？」我回答會刻鋼板。之所以懂得這項專長，是因為以前教會每個禮拜牧師講道時，需要鋼筆刻在蠟紙上，用油墨印「週報」，報上註明要唱哪些詩，《聖經》第幾節，或講道的題目，這些都要有人幫忙，所以我也就習得這項技能。

因為會刻鋼板，所以蔣公出勤時我就被安排到前面排，可以工作上班，其他憲兵有的則被排到連上站衛兵，比較辛苦。因著這樣的因緣，就比較有時間讀書，在工作之餘準備考試。第二年要退伍之前，報考了交大管理研究所與政大統計研究所，結果很幸運都考上了，所以退伍後我就去唸了交大。

所謂的「統計研究所」比較學術，「管理研究所」比較可以靈活應用，但管理研究所必須具備法、商、理工的資格才能報考。我們學法商統計的，除了要考經濟學，還要配合背景，安排不同的考試科目。雖然我的筆試成績不算好，但還好口試成績不錯，所以後來就進去了。在交大念書的日子很歡喜，第一年被學校選上學生主席，就要幫忙籌劃活動，比較忙碌；第二年將大部分的課都修完了，就開始收心寫論文，後來又聯繫上在海明寺的道友，知道他們有個「大雄精舍」的道場很清靜，我就跟師父講希望可以到此借住一段時間。由於慈悲的師父很歡迎，所以我就跟父母親說，因為要專心寫論文，所以已經找了一個安靜的地方暫住，請他們放心。那段時間我邊寫論文，邊看一些高僧傳記，一方面在教會覺得很平安喜樂，然而做個佛教徒也很開朗，於是追求真理的心就慢慢浮現出來。

讀佛經、唸高僧傳記的時候，曾被佛陀願意捨棄王位，出家修行的故事深深感動，於是在經過深思之後，就決定一個重要的人生方向——先出家！出家之後有個謝教授很關心，對我說：「你出家了還是一樣可以把論文完成啊。」更堅定了弘法利生的這個志向。

因為過去有這樣接受完整教育的經歷，也影響我希望佛法的教授可以從小朋友開始扎根。所以我們寺廟裡成立青年會，元宵節的時候鼓勵大家做燈籠來供佛，精舍也成立了兒童班、合唱團，還有佛學講座、禪修班青年會等等。基督教每個禮拜都有「主日學」，當時我們就將佛教的共修叫做「佛日學」，僧俗一同唱佛曲、唱經句，或是拜讀高僧講的法語，講佛教故事。此外，還有畫畫班、韻律班、閱讀班、棋藝組，以及小朋友的念佛班。現在台北的「大雄精舍」幼童班都還在，我主持的海明寺也有合唱團。佛教告訴我們要信解行證，「解」和「行」是一體的。

**問：為什麼不等到畢業之後再出家？出家這個決定對家裡而言，是否有很大的阻礙？**

**答：**開始父母以為我只是說說而已，隨著我的志向越來越堅決，父母就變得比較緊張，畢竟是傳統的家庭，老一輩的觀念認為出家就是失掉了一個孩子。雖然當初父母親比較難接受，但他們尊重孩子的決定，後來父母到寺院看我也很放心。

有一次我跟師父說：「法會期間是不是也可以辦文物展覽，以園遊會的方式來跟信眾結緣？」師父覺得不錯，就允許我來籌備。那時我也邀請父母過來看看，讓他們知道出家並非就是想跟他們斷絕關係，出家生活不是死板單調的。後來大雄精舍從四維路搬到信義路，於是我將過去以及在基督教辦活動的經驗結合起來，開設兒童班合唱團與青年班、婦女班。那時候精舍一到三樓是獨棟，有很大的空間，所以暑假期間，就為小朋友安排夏令營。通常小朋友都很喜歡唱歌、聽故事，於是我就開始收集一些歌曲，不夠的就請老師找。結果發現佛教音樂不只小朋友歡喜，連青年朋友也喜愛。某一回我們聽到一首日本的《心經》音樂，演唱者用了四種方式來吟唱《心經》，聽了好令人歡喜，好像白雲在群山裡面飄移的感覺，所以後來我們特別把那個曲調另譜成曲，用交響樂的形式配樂，用四種方式配合中文吟唱，得到很好的迴響。

因為帶活動的需要，慢慢也收集了很多適合小朋友唱的歌曲，幾年下來也就收集成一本兒童佛教歌曲集。當時有一位吳居徹教授做了很多佛曲，慧炬也有出版，我們精舍七十年成立，就請他來當指導老師，前後大約十年。吳教授將很多長老寫的詞譜成曲，作的曲子很好聽，道場在講座之前，就會先唱幾首莊嚴會場，若有佛化婚姻儀式，就唱「美好姻緣」。

**問：佛曲的唱誦要用什麼聲音來唱會比較莊嚴？您認為自己的聲音有哪些特質，適合吟唱佛教歌曲？**

答：佛教歌曲大概可以分成兩部分，一種是獻唱，譬如在佛學講座之前，先唱誦兩、三首佛教歌曲，這是屬於表演性質的；另外一種是在活動當中帶動唱，譬如有準備常聽到的佛曲，適合在夏令營帶著大家一起高歌，基本上帶動唱的佛曲就不能太困難。為了因應當時夏令營的性質，我們找一些五線譜和簡譜，編寫比較簡單的音樂，其中有一首「月公公」蠻不錯，歌詞是這樣的：「月公公你到那兒去，我到那廣大的虛空，踏過雲和花露，經過星星的花園，到極樂世界去。」這首歌很簡單，唱起來小朋友一定很歡喜。有一位老師曾把六字大明咒「唵瑪尼貝美吽」做成曲子，邊彈邊唱；後來又找到白居易寫的：「做也阿彌陀，行也阿彌陀佛，即使忙事件，還是阿彌陀佛。」這四句話很簡單，我就請音樂老師幫忙譜曲。

**問：小朋友來參加「佛日學」，有沒有父母不一定是佛教徒，因為小朋友來參加而接觸佛教的因緣。**

答：對，一些父母也傾向佛教，所以他們都鼓勵小孩子來參加。有些則是孩子來參加之後，父母親變得很歡喜。

**問：法師本身很喜歡唱佛曲，您在很多道場都成立合唱團，這是不是一個方便度眾的方法，讓很多人能夠進入佛門？但會不會遇到只是因為喜歡唱歌，但不一定在佛法上深入的？**

答：也有，喜歡唱歌就來參加，這是好事，我們也會唱其他的歌曲，不是全部都是佛曲，好聽的曲目都會唱，因為歌是生活的寫照。佛曲都有佛法的內容在裡面，很多歌詞是高僧寫的法語，是接觸佛法很

好的途徑，以這種哼唱的方式，會很容易記得。像「諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意，是諸佛教」這類偈語，也可以用上。

**問：西方唱詩班跟東方佛教音樂有什麼不一樣？**

**答：**佛教音樂以梵唄為主，寺院殿堂上以磬、木魚、鐘鼓呈現；西方音樂以鋼琴來呈現，像基督教、天主教堂，他們以風琴、鋼琴、管風琴陪襯，能夠千人合唱哈利路亞和米賽亞，創作出很多感人的音樂，音樂對他們的宗教活動是極為重要的。佛教基本上比較傳統，梵唄的唱誦幾千年流傳下來，比較少使用鋼琴和西方的樂器伴奏，但一些有音樂素養的人，在認識佛法之後覺得佛法很好，希望可以把佛法的內容透過歌曲呈現。這方面的人才他接觸佛法之後，會把很好的歌詞譜成曲，透過音樂的展現攝心，讓弘法利生的事業發展得更好。

二、三十年前，日本的佛教音樂就能夠把《心經》用四種方式誦唱，還用交響樂器來配樂，這幾年台灣也有越來越多人從事這方面的創作，也在合唱團獻唱交流。現在《心經》的出版創作有好幾種版本，例如黃友棣大師的創作曲，以及知名作曲家——李中和的創作曲，交流的方式不一樣；像廣慈老和尚也很有心，成立了中華國際梵唄音樂交流促進會，藉此把佛教音樂的特質展現出來。剛才我談的這些，是接引眾生的方式。唱誦有很多腔調，不論用傳統的音樂表達，或以現代樂器演奏，都各有其特點，可以多元發展。

**問：您剛剛提到廣慈老和尚要提倡梵唄的交流，這跟道場做早晚課有什麼不一樣？因為早晚課這是一個例行的工作，這樣的心態會不會對於梵唄的唱誦讓人有不一樣的感覺？**

答：我過去曾親近幾個長老，他們是最早教我們梵唄的老師。長老說梵唄也是一個修行的法門，這個法門叫軟修法門，除了莊嚴性之外，也能夠讓身心舒暢，因為梵唄也是對佛菩薩的讚嘆，從心發出來清淨心。像「佛寶讚」就是對佛的讚頌，還有「爐香讚」、「彌陀讚」，這是對阿彌陀佛功德心的讚仰；「藥師讚」是對藥師佛的禮讚。我們在禮讚當中要用恭敬心來唱誦。「普賢十大行願」談到，要禮敬諸佛，第二是稱讚如來，唱誦梵唄是對佛的禮讚，所以自然就能夠攝心。每天的早晚課如果按照規矩，專注的誦唱，就能夠利益人天，有形無形的有情眾生都能夠感受得到音律之間的和諧美妙，讓人能夠忘掉煩惱。經典裡有一個典故，說到梵唄曾讓正在交戰的兩方軍隊，因為聽到音樂的美妙，就忘了要打仗了，這是說明妙音有這種功能。「梵」是清淨和雅，所以佛教音樂讓人聽了心能夠清靜下來，而世俗的靡靡之音讓人增添妄想。

問：有人將大悲咒改成舞曲，您覺得恰當還是不適合？

答：舞曲也是藝術形態的表現，配合大悲咒的梵音來做舞蹈的呈現，也是一種樂音的供養，像韓國也有僧舞，只要把握住那個特質。藝術的呈現是多面化的。

問：您之前跟老和尚學習梵唄的時候，有沒有強調要如何來唱誦？現在的出家眾有沒有被教導應以什麼樣的態度來學習梵唄？

答：唱誦梵唄是對佛菩薩的禮讚，要用恭敬虔誠的心來唱誦，任何一個讚都有一定的唱法，以及固定的節拍，過去是師父唱弟子聽，以師徒相授的方式，但也講求要領，只要將節拍把握住，結構就能夠掌握住。除了技巧之外，還要唱得準確，節拍、節奏要符合。

**問：我們在唱「讚佛偈」的時候，需不需要加上觀想？**

答：唱誦時要了解它的意義，但了解意義不一定要花很多時間，配合觀想更能夠攝受，不只是有聲音出來而已，而是要專注唱誦，句句要清楚，藉此唱誦觀文思其義，這樣子就更能夠相應。

**問：您在誦經、念佛號的時候，比較喜歡用念誦的方式，還是會搭配上旋律？哪一種比較能攝受？**

答：早晚課的時候要照傳統的方式，不需要配合其他樂器，有時候不需要什麼法器清唱，也可以很莊嚴。

**問：法師過去辦過很多兒童學佛夏令營，讓青少年能夠從小時候開始學佛，您當初為什麼對這一方面有興趣？**

答：三十年前兒童的學佛活動比較少，所以當時開始構想，希望利用暑假比較長的假期，讓小朋友到寺院住個兩三天，所以就到山上找比較大的寺院，但早期的寺院從來沒有辦過小朋友的活動，比較不能夠接受以這種方式宣揚佛法。後來找到圓光寺的普獻法師，向他詢問能否借他們的寺院舉辦兒童夏令營，法師就說：「可以呀！歡迎你們去看場地適不適合！」後來我們上山，覺得這場地很幽靜，齋堂也很大，聽說過去還辦過大專佛學夏令營，獅頭山上還有水簾洞，這樣小朋友的活動應該沒問題。場地敲定後，我們就開始招募學生、安排課程。原則上，小朋友十個人一隊，再找一個大專生當小隊輔，負責講故事給他們聽。因為活動範圍在寺院，所以行住坐臥都要學規矩，例如早上六點起床，六點半做早課，做完早課打拳，學習金剛禪坐；下午安排大地遊戲，接近大自然。到了三餐，就教導孩子吃飯要「龍含珠」，拿筷子時要「鳳點頭」，坐要坐端正。夏天時，我們安排從圓光寺

走到水簾洞玩水，晚上觀察星星，最後一天讓小隊表現團隊精神，準備晚會表演節目。三天下來，小朋友在活動心得上歡喜地寫著：「參加夏令營好快樂！希望下次還要參加。」

**問：有沒有小朋友上過夏令營，長大後就跟佛教脫節，沒再繼續學佛？**

答：各人成長的過程不一樣，或許後來就比較沒有機會接觸佛教，但小時候曾學習過，印象會比較深刻。有時候在路上遇到他們都會來打招呼，說我們以前參加過夏令營。不管他們將來有沒有學佛，對孩子都是一種好的影響，為他們種下一個好的種子。

**問：現在各大學的佛學社團紛紛解散，佛教年輕人似乎比較少，是不是有斷層的現象？**

答：早期幾乎各所大學都有佛學社，現在比較少是因為環境跟以前有很大的不一樣，但是對於年輕人，還是要提供他們學習的機會。其實寺院道場就要專對青年人舉辦弘法的活動，例如台北市青年佛教會，今年特別為高中生舉辦第三屆高中生活體驗營，以露營的方式，讓他們接近大自然、親近善知識。每梯次以四十人為對象，活動會安排戶外追蹤和參訪，有時可以讓他們包水餃，也有早晚課，但時間比較短，內容不能太深。

**問：最後請法師給慧炬一些建言，如何將青年人學佛運動傳承不斷，這是慧炬另一個五十年要努力的工作。**

答：我出家之後比較有機會跟各個佛學社團結緣，後來法務多就比較少。雖然接引年輕人學佛不容易，但還是要去辦一些適合年輕人的佛法活動，他們才有機會來接觸。多用點心，從做當中學習，每一個點都要不斷地去做，才能連成線。

## 參、結語

聽完明光法師的學佛經歷與法語的開示，不禁令人深感讚嘆與受用。誠如法師所說，佛法是活潑潑的真理，對於年輕人，還是要提供他們學習佛法、親近善知識的機會，例如組織合唱團吟唱佛曲，或是定期舉辦佛化婚姻、兒童學佛夏令營，扭轉學佛非得「伴青燈」、「穿緇衣」，或是吃素出家的僵化成見。宋代大文豪蘇東坡在詩作〈宿東林寺〉曾說：「溪聲盡是廣長舌，山色無非清淨身。」接引眾生的方式可以多元發展，不論是用傳統音樂或以西洋樂器演奏，只要能夠開智慧、破疑情，凋萎的落葉、待放的花苞都可能成為代替釋尊演示佛法的「廣長舌」、「清淨身」。除了感恩法師抽空接受慧炬專訪，也祈願明光法師身心健康安泰，繼續在菩提道上為我們吟唱一曲曲妙如來。🕉

歡迎來信索取，同人佛法的寶山。  
出版五十年的慧炬雜誌，一定還有許多您未曾品讀的遺珠。

### 邁向圓滿人生的四種思惟 文／堪布羅哲·登紐

我智慧的發展只有在人道之中才有可能，我們無法使其他道的眾生開啟智慧，比方說我們看看畜生道，畜生道也有種種跡象表達牠們需要快樂，希望解脫痛苦，可是這些畜生道的眾生卻沒有能力瞭解苦是怎麼一回事？苦的原因是什麼？什麼是可以離開痛苦的方法？牠們沒有這種能力，亦沒有修行的傾向。比方說我們要教一隻猴子打坐，只能用鞭打或者以物品誘惑的方式，來讓這隻猴子擺出打坐的姿勢。除此之外，我們無法教導一隻猴子來調服自己的內心，讓牠知道「苦」的內容是什麼，什麼是離開「苦」的方法。如此思考過後，我們再回過頭來想想我們這個珍貴難得的人身，我們有方法讓人瞭解「苦」的內容，也能夠修持離「苦」的方法。有了難得的人身，我們的五官又是這樣的完整，如此我們怎能不珍視所擁有的人身呢？……

欲讀全文，請參閱89年4月《慧炬雜誌》第430期  
雜誌免費結緣，歡迎索取。（數量有限，每人每期最多限請  
兩本，以收信 / 郵戳日期為憑，贈完為止。）